

# Veganské vanilkové rohlíčky

## INGREDIENCE:

(na 4 plechy)

4 a ½ hrnku hladké mouky nebo lépe půl na půl s celozrnnou špaldovou moukou

1 a 1/2 hrnku mletých ořechů, mix vlašské a lístkové

1 a ¼ hrnku rostlinného másla nebo oleje

3/4 hrnku moučkového cukru

zarovnaná lžice chia semínka

špetka soli

lžička vanilkových zrníček

moučkový cukr na obalení

## POMŮCKY

Hrnek, mísa, vařečka

Lžice, lžička

Tyčový mixér

Sklenice, Plech

Pečicí papír

Miska na moučkový cukr

## POSTUP

1. Lžící chia semínek ve sklenici nebo hrnku smíchej se 3 lžícemi vody a nech nabobtnat pár minut na gel, poté je tyčovým mixérem rozmixuj, nemusí to

být úplně dohladka, kousky semínek nevadí

2. Mouku, špetku soli, moučkový cukr, vanilku a ořechy smíchej ve větší míse.
3. Do směsi poté nakrájej vychlazené rostlinné máslo, nalij gel z chia semínek a vypracuj těsto. Pokud se lepí, přidej lžící mouky, pokud se drobí, kápní trochu vody.
4. Nech v igelitovém sáčku odležet přes noc v ledničce.
5. Rozehřej troubu na 180°C
6. Uždibuj malé kousky a tvoř kuličky, z nich utvoř malé rohlíčky, velké asi jako tvůj malíček. Měly by být všechny přibližně stejně velké, skládej na plech na pečicí papír s dostatečnými mezerami
7. Peč asi 12 minut.
8. Horké opatrně obaluj v moučkovém cukru nebo tento krok vynechej a budeš mít zdravější variantu.

**Pozor, horké rohlíčky jsou velmi křehké.**

DOBROU CHUŤ!



[www.detivarisamy.cz](http://www.detivarisamy.cz)